

Training – Treibst du Sport

A: Andreas, erzähl mir, treibst du Sport um fit zu bleiben?

B: Ja, ich versuche eigentlich regelmäßig Sport zu treiben. Da ich im Büro den ganzen Tag sitze, ist es für mich wichtig, dass ich am Abend Sport treibe.

A: Und was machst du?

B: Ich trainiere im Fitnessstudio, Da gehe ich dann zwei bis drei Mal pro Woche hin und laufe dann eine Stunde auf dem Laufband. Schau mir währenddessen die Nachrichten an. Treffe dann auch Freunde. Das Fitnessstudio ist gleichzeitig auch so eine Art Sammelstelle, Treffpunkt.

A: Das heißt aber, dass du auch da die ganze Zeit drinnen bist.

B: Das stimmt.

A: Treibst du auch draußen Sport? In der Natur?

B: Ja, also im Sommer, wenn es geht, jogge ich bisschen draußen oder gehe schwimmen oder fahre etwas mit dem Fahrrad durch die Gegend, aber im Winter, wenn es draußen zu kalt ist und es früh dunkel wird, dann bleibt eigentlich nur noch das Fitnessstudio. Und da ich ja nicht nur Ausdauersport machen will, sondern auch etwas Krafttraining ist das Fitnessstudio die gute oder bessere Alternative.

A: Sabine, treibst du Sport, um dich fit zu halten

C: Ja, die Österreicher fahren gerne Ski, aber ich mache viel lieber Langlauf. Ski fahren, das ist das Alpinfahren, wenn wir eben mit den Skiliften hinauf fahren in die Berge und dann abfahren.

A: Warum?

C: Mir gefällt es gut im eigenen Tempo zu gehen und die Natur zu sehen. Langlaufen ist ein bisschen, nicht so populär, weil die meisten, die fahren Ski. Ich habe das in Norwegen gelernt und seither gefällt es mir sehr gut. Im Sommer gehe ich gerne Schwimmen im See oder im Meer oder auch im Schwimmbecken. Hauptsache man kann Schwimmen oder Wandern in den Bergen.

A: Katja, treibst du Sport um fit zu bleiben?

D: Nein, ich mag Sport nicht so gerne. Das macht keinen Spaß, finde ich. Vielleicht, ja, Radfahren. Ich fahre sehr viel Fahrrad in der Stadt. Ich habe ja kein Auto.

A: Was machst du denn in deiner Freizeit?

D: Oh, viele Sachen. Musik und ich lese, aber Sport, nein. Das gefällt mir nicht.

A: Und du, Uwe, was machst du?

E: Ich treibe auch keinen Sport, aber ich habe dafür auch keine Zeit und ich glaube, ich brauche es eigentlich auch nicht.

A: Warum nicht?

E: Weil ich einen kleinen Hof betreibe und außerdem vier Kinder habe und wir von morgens bis abends eigentlich immer etwas zu tun haben. Entweder müssen wir zum Beispiel Heu zu den Pferden tragen oder wir müssen für die Schafe einen neuen Zaun bauen oder wir müssen vom Futterhändler Futter holen in schweren Säcken. Also wir haben eigentlich immer etwas zu tun und halten und dadurch in Form.